ÎN VIZITĂ LA VICE-CAMPIONII MONDIALI

Doi antrenori români, **Ilie Oană** (Ploiești) și **D. Nicolae-Nicușor** (Bacău) au făcut în perioada 30 decembrie 1968 — 13 februarie 1969 o vizită de documentare în R. F. a Germaniei. În această perioadă, ei au avut itinerariul **Frankfurt pe Main — München — Nürnberg — Mönchengladbach — Braunschweig — Hannover — Köln,** timp în care au studiat organizarea și funcțiile federației vest-germane și ale cluburilor vizitate : **Eintracht Frankfurt, F. C. München 1860, 1 F. C. Nürnberg, Borussia Mönchenglabbach, Eintracht Braunschweig, Hannover SV 96,** precum și **școala de antrenori din Köln.** De asemenea, ei au urmărit și o serie de meciuri, printre care cîteva de campionat : **München 1860 — Kickers Stuitgart, 1. F. C. Nürnberg — Kickers Offenbach, Borussia Mönchengladbach — 1 F. C. Nürnberg, Eintracht Braunschweig — München 1860, Eintracht Braunschweig — Eintracht Frankfurt, Hannover SV — Kickers Offenbach, Kickers Offenbach — Bayern München,** la care s-a adăugat și partida internațională **Hannover S. V. — Leeds United** din cadrul **„Cupei orașelor-tîrguri".**

O sinteză a constatărilor făcute cu acest prilej de cei doi antrenori prezentăm în rîndurile de mai jos.

Atenția antrenorilor **Ilie Oană** și **D. Nicolae—Nicușor** s-a îndreptat în egală măsură asupra laturii organizatorice și celei tehnice, de instruire, din fotbalul vest-german. Reușita vizitei lor a fost mult înlesnită de gazde, care le-au făcut — de la conducătorii federației pînă la cei ai cluburilor și la antrenori — o primire foarte bună și le-au dat posibilitatea să se documenteze temeinic asupra problemelor care i-au interesat.

Organul central de conducere, federația — persoană juridică — are în fruntea sa o conducere compusă din : președinte, vicepreședinte, secretar general, doi referenți, 10 membri și președinții federațiilor din landuri (regiuni). În cadrul ei funcționează, avînd aceeași structură organizatorică, comisiile centrale de competiții, juniori, disciplină, medical-socială, financiară, de construcții și legitimări.

Federația ia toate măsurile organizatorice necesare în activitatea fotbalistică din țară și **elaborează întregul calendar intern și internațional anual.** Forurile similare din landuri alcătuiesc calendarul pentru echipele de amatori, tineret și juniori.

ACTIVITATEA COMPETIȚIONALĂ INTERNĂ este, firește, bazată pe campionate, organizate pe următoarele categorii :

„Bundesliga" **(Divizia A)** — o serie de 18 echipe ; „Regionalliga" (echivalent cu **Divizia B)** — 5 serii a 16—18 echipe ; campionate de amatori și tineret (echivalent cu „C") — 5 serii a 14—16 echipe, pe landuri ; campionate de juniori pe landuri, 10 serii a 12—14 echipe ; campionate orășenești pe serii de cîte 14—16 echipe.

SECTORUL LOTURILOR NAȚIONALE. Activitatea acestora este coordonată de federație, iar selecționerul unic **Helmuth Schön** o conduce și controlează. În munca sa de pregătire a echipelor naționale (A, de tineret sub 23 ani, tineret sub 21 ani, de juniori și amatoare) **Schön** este ajutat de antrenori numiți pe lîngă fiecare din reprezentative, unii salariați de federație, alții nu. **Săptămînal, Schön asistă la meciurile cluburilor care dau jucători lotului reprezentativ.**

FORMAREA ȘI PERFECȚIONAREA ANTRENORILOR. Dreptul de exercitare a profesiei de antrenori se obține, pentru „Bundesliga", după absolvirea cursului (la zi) de 7 luni, de la Köln. **Diploma obținută este recunoscută în toată lumea.** Pentru celelalte categorii de echipe se organizează cursuri la zi de o lună, ca la München, de pildă. De asemenea, **federația stabilește anual cursuri de maximum 10 zile,** unde se susțin referate tehnice de către antrenori special numiți.

Salarizarea antrenorilor nu este stabilită de federație ; **angajamentele se perfectează de comun acord între cluburi și antrenori.** Contractele sînt încheiate pe minimum doi ani, dar în general, ele nu sînt prelungite la expirare. Există însă o excepție : **H. Johannsen** activează de 6 ani la **Eintracht Braunschweig.**

CUM SE LUCREAZĂ ÎNTR-UN CLUB

Baza activității o constituie clubul, care se bucură de autonomie și în conducerea căruia intră : un președinte, un vicepreședinte, un membru pentru problemele jucătorilor, un contabil, antrenorul principal și medicul, toți cu atribuții bine precizate. Cluburile respectă regulamentele federației și calendarul intern și internațional. Împreună cu antrenorii, **conducerile rezolvă problemele legate de pregătirea psihologică a jucătorilor.**

Fiecare club își are membrii săi susținători, care cotizează benevol, lunar cu 5—20 mărci. **NUMĂRUL SUPORTERILOR COTIZANȚI AI UNUI CLUB VARIAZĂ ÎNTRE 10.000 și 20.000.**

În cadrul cluburilor activează cu regularitate două echipe, una profesionistă și alta amatoare, formații de tineret, juniori și copii, numărul acestora din urmă depinzînd de posibilitățile clubului. În general, funcționează între 15—25 de asemenea echipe, care își au asigurată activitatea competițională fie prin programul alcătuit de federația landului respectiv, fie prin diverse cupe organizate de club.

Pentru jocuri, cluburile au la dispoziție stadioane cu capacitate minimă de 40.000 de locuri, în majoritate proprietate a primăriilor (excepție : cele din Frankfurt pe Main și Braunschweig). Pentru antrenamente însă, dispun de baze proprii compuse din 6—10 terenuri gazonate, dintre care unul înzestrat cu instalație pentru nocturnă, 1—2 terenuri cu zgură, un teren din bitum — toate de dimensiuni normale, o sală de sport cu tartan 60 x 30 m, o sală de forță, alta de gimnastică, vestiare cu bazin cu apă rece și caldă, cadă pentru masaj, magazie pentru echipament și materiale sportive, spălătorie și uscătorie electrice, aparat special pentru curățat ghetele de noroi, birouri și un restaurant.

Depistarea jucătorilor cade în sarcina membrului din conducere însărcinat cu problemele jucătorilor (aceștia nu pot deveni profesioniști decît după un stagiu de un an ca amatori).

INSTRUIREA JUCĂTORILOR

La baza selecționării jucătorilor stau **calitățile fizice, îndeminarea specifică și însușirile morale. Participarea jucătorilor la antrenamente și în jocuri este activă și permanentă, iar angajarea lor fizică în joc a depășit orice așteptare.**

Antrenorii au libertatea de a folosi metodele de antrenament și concepția de joc pe care le consideră potrivite. Colaborează cu medicul și masorul angajați de club. Medicii nu asistă la antrenamente, dar fac deplasarea cu echipa și asigură tratamentele jucătorilor la clinica unde lucrează.

Antrenorii stabilesc durata cantonamentului în vederea jocului oficial de simbătă. **De regulă jucătorii sînt cantonați de joi, uneori de vineri. După meci, jucătorii sînt liberi pînă luni, cînd are loc primul antrenament al săptămînii.** Majoritatea jucătorilor sînt căsătoriți.

Ciclurile săptămînale de antrenament diferă de la club la club (acesta este, în general, numai de fotbal). Antrenorii au latitudinea de a le concepe după cum cred și în raport cu nivelul lor profesional. În linii mari, durata unui antrenament nu depășește 120 de minute, iar într-un ciclu săptămînal — cu un singur joc — din perioada competițională **se lucrează minimum 410 minute și maximum 680.**

Spre exemplificare, iată modul cum s-a lucrat la **Eintracht Braunschweig** (antrenor principal : **H. Johannsen,** asistent : H. Patzig) în perioada pregătitoare și în cea competițională.

O amintire din Nürnberg : **D. Nicolae-Nicușor** (stînga) și **Ilie Oană** (dreapta) împreună cu antrenorul echipei locale, **Marx Merkel**

PERIOADA PREGĂTITOARE. **1—14 iulie :** antrenament fizic 120 minute și tehnic 120 minute. **15—28 iulie :** 20 la sută tactic, 30 la sută tehnic, 50 la sută fizic. Durata 180 minute, împărțită pe 2—3 antrenamente zilnic. **29 iulie—10 august :** 40 la sută tehnic, 20 la sută fizic, 40 la sută tactic (180 minute repartizate în 2—3 antrenamente). **11—17 august ;** jocuri complimentare fără intensitate, cu scopul de a menține și a crea prospețimea în joc.

PERIOADA COMPETIȚIONALĂ. **27 ianuarie** (luni) : pas la antrenor de la 45—50 m, retransmitere jucătorului direct și tras la poartă din alergare ușoară (10 minute) ; același exercițiu dar cu alergare accelerată (10') ; joc 8 x 8 cu preluări pe tot terenul (40') ; Sarcini : pasa cu demarcare, marcajul, schimbarea jocului, trasul la poartă (60'). **28 ianuarie :** joc. **29 ianuarie :** masaj. **30 ianuarie :** conducerea mingii în alergare ușoară cu sprinturi și pauze de 30" după fiecare ; trasul la poartă cu mingi trimise pe sus (se repetă de 4 ori) ; preluarea mingii (cu 2 repetări) ; conducerea mingii în viteză maximă, 30—35 m (4 repetări) ; exercițiu : portarul prinde mingea și o repune cu piciorul, apoi o transmite pe jos, un jucător o preia și o conduce în viteză maximă (2 repetări) ; joc în doi cu capul (24') ; „un-doi"-uri cu antrenorul cu tras la poartă fără preluare (25') ; trasul la poartă de pe 1 loc, de pe linia semicercului (10') ; joc 8 x 8 (cu portari) pe tot terenul (30'). **31 ianuarie :** joc la două porți 8 x 8, cu portari, sarcini : marcaj, demarcaj, schimbarea jocului pe partea opusă, tras la poartă (35').

Acest conducător urmărește jocurile altor echipe și pe baza unor înțelegeri cu acestea legitimează pe cei care corespund cerințelor. În ce privește juniorii, aceștia sînt recrutați din :

- **activitatea de masă, la nivelul școlilor** (reglementată prin lege care asigură cointeresarea profesorilor de sport) ;

- **activitatea școlilor sportive** (înzestrate cu tot ceea ce le este necesar : terenuri, săli de sport, hotel, restaurant etc.). **Din astfel de școli au „ieșit" Beckenbauer, Müller** și alte vedete actuale ale fotbalului vest-german.

ECOURI ALE MECIURILOR

Din vizionarea unor jocuri au rezultat o serie de constatări care merită să fie subliniate.

- Din capul locului trebuie remarcat că **jucătorii au pregătirea fizică necesară unui campionat de durată și duritatea celui din R. F. a Germaniei. Grija pentru dezvoltarea pregătirii fizice se manifestă în special în perioada pregătitoare,** dar continuă și în timpul campionatului. Spre deosebire de modul cum se realizează la noi, vest-germanii o efectuează prin **„krafttraining"** cu mingi medicinale, greutăți mici și parteneri. În acest scop sînt folosite game bogate și variate de exerciții.

- Pe fondul unei bune pregătiri fizice, **procedeele tehnice sînt executate cu ușurință și precizie și au conținut tactic.** Impresionant este **modul cum sînt transmise pasele la mare distanță.** În raport cu fazele de joc, **alternează pasele scurte și lungi.** Transmiterea mingii se face cu ambele picioare și cu orice parte a labei piciorului. Loviturile sînt scurte și executate rapid, dovedind o bună mobilitate a articulației gleznei. **Conducerea mingii se face în general cu exteriorul și la distanță mică de picior,** sînt folosite în timpul ei mișcările false. **Driblingul este prezent, dar numai cînd se impune, cînd este necesar. Protejarea mingii — procedeu de bază — se face cu exactitate, în general prin interpunerea corpului. Preluările sînt efectuate rapid, dintr-o singură mișcare, astfel că mingea parcă curge, în direcția dorită de jucător.** Trasul la poartă este o calitate prezentă la toți jucătorii ; de altfel, **la jocurile vizionate cele mai multe goluri au fost înscrise de apărători.** Se trage la poartă **de la orice distanță,** după acțiuni pregătitoare. Centrările din plină viteză, la semi-distanță și pe partea opusă, ca și jocul cu capul au fost alte elemente de reținut.

Mijloace folosite : **în special jocuri 2 x 1, 3 x 1, 4 x 2, 5 x 3 etc. pe terenuri de diferite dimensiuni și cu sarcini precise, „spinzurători" pentru perfecționarea jocului cu capul** (cel puțin cîte 10 pe fiecare teren).

- Tactica de joc este diferită de cea a echipelor noastre. Sintetizate, elementele care stabilesc această diferență sînt următoarele 1) **prezența jucătorului „libero"** ; 2) **marcajul om la om pe tot terenul ;** 3) **zone mari de acțiune a jucătorilor ;** 4) **aglomerări mari de jucători în apărare și participarea supranumerică în atac ;** 5) **folosirea unor procedee tehnico-tactice ca :** „un-doi"-urile, crearea de culoare pentru apărătorii lansați în atac, schimbarea direcției de atac, folosirea pasei lungi etc. ; 6) **așezarea de bază a echipelor.**

- Jucătorii dau dovadă de **o mare disciplină în pregătire și în joc,** participarea este totală, **fără nici o abatere de la recomandările antrenorilor.** Puterea de concentrare în joc este deosebită, urmăresc atent evoluția jocului și anticipează fazele. De altfel, **jucătorii știu că orice abatere de la disciplină îi costă.** Măsurile disciplinare luate de federație, de pildă, sînt drastice (Müller, de exemplu, a fost suspendat pe 8 etape și scos din lotul național, pentru proteste și discuții cu arbitrul, Beckenbauer amendat cu 2000 mărci pentru gesturi la adresa spectatorilor).

DESPRE FOTBALUL ROMÂNESC LA KÖLN

Deosebit de instructivă a fost vizita la școala superioară de antrenori de la Köln, care este înzestrată cu tot utilajul necesar. Ea funcționează în cadrul Institutului superior de educație fizică. Cursurile, la care pot lua parte foștii jucători, durează 7 luni, Materiile care se predau : **teoria fotbalului, anatomia, pedagogia, fiziologia, psihologia.** Școala este frecventată și de numeroși sportivi străini, din **Iugoslavia, Tunisia, Turcia, Liban, Peru** etc. **Diploma eliberată după absolvire dă dreptul de practică în toată lumea. În „Bundesliga" nu poți antrena fără această diplomă.** Lecțiile teoretice alternează cu cele practice.

Într-una din zilele vizitei, antrenorul Ilie Oană a susținut în fața cursanților un referat asupra activității fotbalistice din România, referat care a fost urmat de numeroase întrebări cu privire la procesul de instruire a echipelor, la jucători și antrenori.

CÎTEVA PROPUNERI

- Avînd în vedere că vizita a fost făcută în timpul campionatului, ar fi bine ca să fie trimiși antrenori și în perioada pregătitoare. (1 iulie—1 august). În acest mod ar putea fi cunoscute mai complet metodele de lucru ale antrenorilor vest-germani.

- Continuarea schimbului de experiență prin invitarea unor antrenori vest-germani, mai ales că aceștia și-au exprimat dorința de a participa la cursurile de antrenori de la noi.

- Din cele constatate în cursul vizitei la cluburile vest-germane, pot fi aplicate într-un viitor apropiat și chiar imediat cîteva din mijloacele de pregătire : **Krafttrainingul** pentru menținerea pregătirii fizice în tot cursul anului ; **antrenamente speciale pentru perfecționarea jocului cu capul,** prin folosirea la maximum a aparatelor ajutătoare ; **jocurile sub toate formele, cu teme precise** (2x1, 3x1, 4x2, 5x2, 5x3, 5x5, 6x6 etc.) ; **aplicarea marcajului om la om în zona amenințată.**